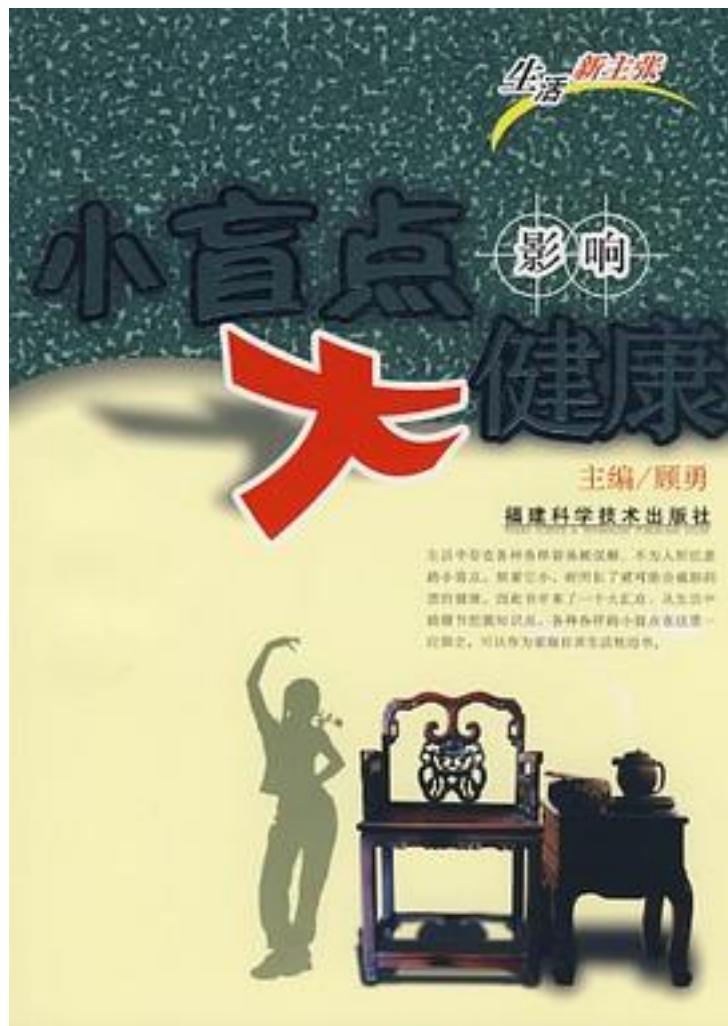


小盲点影响大健康



[小盲点影响大健康 下载链接1](#)

著者:顾勇

出版者:福建科学技术出版社

出版时间:2008-8

装帧:

isbn:9787533532314

《小盲点影响大健康》主要内容：生活中存在各种各样容易被误解，不为人所注意的小

盲点，别看它小，时间长了就可能会威胁到您的健康。因此书中来了一个大汇总，从生活中的细节挖掘知识点，各种各样的小盲点在这里一应俱全，可以作为家庭日常生活枕边书。

作者介绍:

目录: 一、家庭饮食的盲点

饮食习惯

主食糕点

蔬菜瓜果

鱼肉收禽

饮品酒水

烹饪及厨房卫生

保鲜储存

其他

二、装修布置的盲点

家庭装修

居室布置及保养

三、生活保健的盲点

服饰穿戴

日常保健

睡眠保健

老年保健

心理保健

四、疾病防治的盲点

五、美容健身的盲点

美容

健身

减肥

六、性与教育的盲点

男性健康

女性健康

夫妻生活

孕产

育儿

· · · · · (收起)

[小盲点影响大健康](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[小盲点影响大健康 下载链接1](#)

书评

[小盲点影响大健康 下载链接1](#)